

**Режим дня на холодный период времени  
в старшей группе «Птенчики»**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Старшая группа</b>
Приход детей в детский сад, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.30-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40-9.00
Игры, подготовка к НОД	9.00-9.15
НОД (включая перерывы)	9.15-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.25
Возвращение с прогулки, подготовка к обеду, обед	12.25-12.45
Подготовка ко сну, дневной сон	12.45-15.00
Постепенный подъём, игровая деятельность	15.00-15.30
Ужин	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.30-18.00